జీవైక్య బోధ

పరమందు శివం, శివమందు శక్తి, శక్తియందు నాదం, నాదమందు బిందువు, బిందువందు సదాశివం, సదాశివమందు మహేశ్వరుడు, మహేశ్వరునియందు రుద్రుడు, రుద్రునియందు విష్ణువు, విష్ణువునందు బ్రహ్మ, బ్రహ్మయందు ఆత్మ, ఆత్మయందు ఆకాశము, ఆకాశమునందు వాయువు, వాయువునందు అగ్ని, అగ్నియందు ఉదకము, ఉదకమునందు పృథివి, పృథివియందు ఓషధులు, ఓషధుల వలన అన్నము, అన్నము వలన నర, మృగ, పక్షి, స్థావర జంగమాదులు ఉద్భవించును. ఉద్భవించిన క్రమముననే ఐక్యమగును.

మనుష్యుడు తన అంగుళిని 96 అంగుళముల పొడవు, 7 జానెల ప్రమాణము, నాలుగు జానెల వలయము, 33 కోట్ల రోమనాళములు, 33 మూళ్ల పేగులు, 63 సందులు, 90 పెద్ద యెముకలు, 8 ఫలముల యెత్తు గుండెలు, 4 ఫలముల రుధిరము, 260 ఫలముల మాంసము, నోలెడు పైత్యము, అరనోలెడు శ్లేష్మము, అరనోలెడు శుక్లం - ఇన్నిటితో కూడుకొని యున్నది ఈ శరీరము. ఇవి అన్నియు జాతిభేదాలు. ఇన్నిటికి జీవుడు సాక్షియైయున్నాడు గనుక ఇన్నిటికిన్ని కాంతిగలిగి మనుష్య ఆకారమాయెను. జీవునికి బ్రహ్మ సాక్షియై యున్నాడు గనుక సకల భూతాంతర్యామియై యున్నాడు పరమాత్మ.

ఈ శరీరమున 96 తత్వాలు గలవు.

వాటి వివరము: వాకిళ్ళు 9, శోత్రాదులు 5, వాగాదులు 5, వచనాలు 5, అంతఃకరణాలు 5, పృథ్వివి సంబంధాలు 5, ఉదక సంబంధాలు 5, అగ్ని సంబంధాలు 5, వాయు సంబంధాలు 5, ఆకాశ సంబంధాలు 5, వాయువులు 10, నాళ్లు 10, ధాతువులు 7, రాగాదులు 8, ఆధారాలు 6, ఉదక సంబంధాలు 3, గుణాలు 3, అవస్థలు 5, మండలాలు గుణములు అవస్థలు గాక తత్వాలు 96.

ఈ తత్వాలకు రూపనామ క్రియల వివరం:

ద్వారాలు 9 - వివరం: చెవుల ద్వారాలు 2, కన్నుల ద్వారాలు 2, మలమూత్ర ద్వారాలు 2, ముక్కు ద్వారాలు 2, నోటి ద్వారాలు 1. (*10 వ ద్వారాము బ్రహ్మరంధ్రము. ఆ ద్వారాము గోప్యముగా నుండును. అది ముందర వివరంచబోతున్నాము.*)

శోత్రాదులు ఐదు - అనగా జ్ఞానేంద్రియ పంచకము.

జ్ఞానేంద్రియములు అనగా : చెవులు, చర్మము, నాలుక, ముక్కు, కన్నులు.

వీటికి విషయాలు - అనగా * ఆధ్యాత్మ* అదిభూత * ఆదిదైవతల వివరం.

చెవులు::అధ్యాత్మ; వినవచ్చేది అదిభూతం; శబ్దభూతమైన వాయువుతో కూడిన ఆకాశము అధిదైవతం.

చర్మము::అధ్యాత్మ; చర్మమునకు సోకిన స్పర్ష అధిభూతం; ఈ వస్తూవు నన్ను సోకెనని తెల్పే వాయువు అధిదైవతం.

కన్నులు::అధ్యాత్మ; కానవచ్చే వస్తూవులు అధిభూతం; కనిపింపచేయు సూర్యుడు అధిదైవతం.

నాలుక::అధ్యాత్మ; షడ్రుచులను తెలిసికొనుట అధిభూతం; రుచులను తెలియచేయు వరణుడు అదిదైవతం.

ముక్కు::అధ్యాత్మ; సుగంధ దుర్గంధాలు అధిభూతం; సుగంధ దుర్గంధాలు తెలియచేయు భూమి అధిదైవతం.

ఇవి జ్ఞానేంద్రియ పంచకము.

వాగాదులు 5 - అనగా నోరు, చేతులు, పాదములు, గుదం, శిశ్నం.

కర్మేంద్రేయాలకు ఆధ్యాత్మాదుల వివరం.

పాదాలు::అధ్యాత్మ; నడిచేది అధిభూతం; విష్ణువు అధిదైవతం.

గుదస్తానం::అధ్యాత్మ; మల విసర్జనం అధిభూతం; అధిదైవతం మృత్యువు.

శిశ్నం::అధ్యాత్మ; సంగమాదుల వలన గలిగిన ఆనందం అదిభూతం; ప్రజాపతి అనే బ్రహ్మ అదిదైవతం.

నోరు::అధ్యాత్మ; నోట పలుకబడిన శబ్ధం అదిభూతం; అగ్నిహోత్రుడు అధిదైవతం.

చేతులు::అధ్యాత్మ; చేతులు చేసే పనులు అధిభూతం; ఇంద్రుడు ఆధిదైవతం.

ఇవి కర్మేంద్రియ పంచకములోనివి.

అంతఃకరణ చతుష్టయాల వివరం - మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము.

ఈ నాలుగే శరీరాన ఉండేవి. కనుక అంతఃకరనాలని పేరు వచ్చేను.

బొడ్డు దగ్గర బుద్ధియుండును. హృదయమందు మనస్సు ఉండును. పరమందు చిత్తముండును. నేను నందు అహంకారము ముండును.

వీటికి ఆధ్యాత్మాదుల వివరము -

మనస్సు::అధ్యాత్మ; యేదైనా ఒక వస్తూవును చూచి ఆ వస్తూవు ఈ వస్తూవా?అని సంశయించేది అధిభూతం: చంధ్రుడు అధిదైవతం.

బుద్ధి::అధ్యాత్మ; మునుపు సంశయించిన వస్తూవును నిశ్చయించుట అధిభూతం; పరబ్రహ్మ ఆధిదైవతం.

చిత్తం::అధ్యాత్మ; అనేకముగా చింతచేయునది అధిభూతం; బ్రహ్మ ఆధిదైవతం.

అహం::అనే రెండు అక్షరములు అధ్యాత్మ; సకల కార్యములు నా వలన అయినవి అనునది అధిభూతం; రుధ్రుడు ఆధిదైవతం.

జ్ఞాతృత్వమనగా –

ఇప్పుడు చెప్పిన సకలేంద్రియాల ప్రపంచాలకున్ను తన యుక్తి చేత వాటికి శాంతి గల్పించి, ఇంద్రయాల చేత పుణ్య పాపాలు చేయిస్తూ, ఆత్మను ఒక కర్మము గూడ అంటకుండా సాక్షి మాత్రమే ఉపాదివశాన జీవుడనే పేరు గలిగిన పరబ్రహ్మమై జ్ఞాతృత్వమై యుండును. ఈ ఉపాధి గలిగిన పురుషునికి తాపర్య మేమిటంటే, నానా విధ చేటలు గలిగిన శరీరానికి జీవుడు బలిష్టమాయేను, గనుక శరీరానికి జీవునికి ఏకత్వము గనబడిన శరీరమే జీవుడని భ్రాంతి గలిగేను. ఆ భ్రాంతి వలన జన్మలెత్తి సుఖదుఖాలు అనుభవించవలయును. ఈ శరీరము నేను గదాయని సాక్షియైయుండే పరబ్రహ్మను కనవలయునని సత్పురుషుడు కారణ గురుసేవ జేస్తే క్షణములో ఇదిగోనని పరబ్రహ్మ దర్శనం చేస్తే జనన మరణాదులు లేక విష్ణులోకమందు బ్రహ్మ సౌక్యమును అనుభవించును.

బ్రహ్మ స్వరూపమైన జీవునికి, అత్యంత మలినమైన శరీరానికి ఏకత్వమేలాగంటే వివరుస్తూ ఉన్నాము.

జీవుడు దేహవాసనతో గూడుకొని అహంకారాన్ని బోందేను. అహంకారమై జడమైయున్న బుద్ధి కూడెను. ఆ బుద్ధి సకల వస్తూవులను కోరుతూ ఉండెను. మనస్సుతో కూడను మనస్సు సకల భ్రాంతి నొందును. ఇవి అన్ని ఏకమై చిత్తమును బొందును. ఆ చిత్తము అనేక చిత్తరూపమైన జీవునకు జనన మరణాదులు గల్పించెను. శరీరానకు నానా విధ చేష్టలని చెప్పితిమిగదా, ఆ చేష్టల వివరము విచారిస్తూ ఉన్నాము.

చెవులకు విషయము శబ్ధము. ఆకాశముతో కూడుకొని సకల ధ్వనులు వినును.

చర్మానకు విషయము స్పర్ష. వాయువుతో కూడుకొన్న స్పర్ష భేదాలు తెలుసును.

కన్నులకు విషయము రూపం. అగ్నితో కూడుకొని సకల రూప భేదాలెల్ల తెలుసును.

జిహ్వేంద్రియానకు విషయం రసం. ఉదక సంబంధాన షడ్రుచులు తెలుసును.

దానం చేతుల యందు, అగ్నియందు అణగును.ఇదియే ఉత్పత్తి – స్తితి - లయ హేతువు.

ఇప్పుడు చెప్పిన ఆధ్యాత్మ ఆధిభూత అధిదైవతాల మనుజునికి తాపత్రయాన, ఈ విషయాలందు వైరాగ్యం కలిగితే మోక్షమునకు హేతువు. విషయాలయందు ఆసక్తుడాయెనా సంసార బద్ధుడౌను.

ఇందుకు ప్రమాణం :

శ్లో: మోక్షో విషయవైరాగ్యం బుద్ధో విషయ కోరక:

ఏతావదేవ విజ్ఞానం యధేచ్ఛసి తథాకురు.

అనే న్యాయం ఉన్నది కనుక విషయాదుల యందు వైరాగ్య ముంచవలయును.

ఇంకా పంచవింశతి :

ఎముకలు, నరాలు, మాంసము, చరమము, వెంట్రుకలు. ఈ ఐదు పృథ్వి సంబంధము.

నెత్తురు, మూత్రం, శుక్లం, శ్లేషం, మేదస్సు. ఈ ఐదు ఉదక సంబంధాలు.

ఆకలి, దప్పిక, నిద్ర, ఆలస్యము, సంగమం. ఇవి అగ్ని సంబంధాలు.

చలన, గమన, ప్రసారణ, ఆకుంచన, ఆకర్షణాలు. ఇవి వాయు సంబంధాలు.

కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మదములు. ఇవి ఆకాశ సంబంధాలు.

ఈ శరీరం పంచ భుతాల మయంగనుక అంగాంగాలు విభేదాలు వేరే విభజిస్తూ ఉన్నాము. అది యేలాగంటె -

జ్ఞానము, ప్రాణ వాయువు, చెవులు, శబ్దము, నోరు - ఇవి ఆకాశమందు పుట్టునవి.

మనస్సు వ్యానవాయువు, చర్మం, స్పర్శ, కాళ్ళు - ఇవి వాయువు నందు పుట్టునవి.

బుద్ధి, ఉదానవాయువు, కన్నులు, రూపాలు, చేతులు - ఇవి అగ్నియందు పుట్టునవి.

చిత్తం, సమానవాయువు, నానారసం, గుదస్థానం - ఇవి నీళ్ళ యందు బుట్టునవి.

ముక్కుకు విషయం వాసన, భూమి సంబంధాన సుగంధ దుర్గంధాలు తెలుసును.

ఇవి జ్ఞనేంద్రియ పంచకం.

కర్మేంద్రియాలకు వివరము

నోటికి విషయం వచనము, ఆకాశముతో గూడుకొని పలు పలుకులు పలుకును. కాళ్ళకు విషయం నడిచేది. వాయువుతో కూడుకొని సంచారము చేయును. చేతులకు విషయం దానం. అగ్నితో కూడుకొని యిచ్చుట పుచ్చుకొనుట చేయును. వాయువు విషయం మల విసర్జనం. ఉదక సంబంధాన మూత్ర పురీషాదుల విడుచును. శిశ్నమునకు విషయం సంగం. భూమి సంబంధాన ఆనందించును. ఇవి కర్మేంద్రియ చేష్టలు.

అంతః కరణాదుల వివరం

మనస్సు సంశయించును. బుద్ధి నిశ్చయము చేయును. చిత్తము చింతజేయును. అహంకారము నేను అగును. ఇవి యన్నియు ఎక్కడ పుట్టునో అక్కడనే అణుగును.

ఇది యేలాగంటే: శబ్దం ఆకాశ సంబంధమైన చెవుల యందు అణుగును. స్పర్శ వాయు సంబంధమైన చర్మమందు అణుగును. రూపం అగ్ని సంబంధమైన కనులయందు అణుగును. రసం ఉదక సంబంధమైన జిహ్వా యందు అణుగును. గంధం పృథివి సంబంధమైన ఘ్రాణయందు అణుగును. విసర్జనము గుదస్థాన మందు అణుగును. ఆనందము పృథివి యందు, శిశ్నమందు అణుగును. గమనం పాదముల యందు, వాయువునందు అణుగును. అహంకారము, అపానవాయువు, ముక్కు, గంధము భూమి యందు బుట్టునవి.

పంచభూతాలకు వర్ణాలు, అధిపతులు, స్థలాలు వివరిస్తూ ఉన్నాము.

భూమికి పసుపు వర్ణం, సదాశివుండు దైవము. పాదాలు మొదలు పిక్కలు దాకా పృథివి స్థానం.

ఉదకానికి తెలుపు వర్ణం. విష్ణువధిదేవత. పిక్కలు మొదలు తొడలు ఉదర పర్యంతరం ఉదకస్థానం.

అగ్ని నలుపు వర్ణం. రుద్రుడధిదేవత. తొడలు మొదలు ఉదర పర్యంతరం అగ్నిస్థానం.

వాయువు ధూమ్ర వర్ణం. రుద్రుడధిదేవత. ఉదరం మొదలు కంఠం పర్యంతరం వాయుస్థానం.

ఆకాశమునకు ఇంద్రనీల వర్ణం. బ్రహ్మ అధిదేవత. కంఠం మొదలు ముఖ పర్యంతరం ఆకాశస్థానం.

పృథివికి శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధములు 5 గుణములు.

ఉదకమునకు శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రసములను 4 గుణములు.

అగ్నికి శబ్ద, స్పర్శ, రూపములను 3 గుణములు.

వాయువునకు శబ్ద, స్పర్శములను 2 గుణములు.

ఆకాశమునకు శబ్దమను ఒక గుణం. ఇవి పంచ భూతముల యొక్క తన్మాత్మలు.

భూమికి 'ల'కారము మాతృక - ఆదిశక్తి.

వాయువునకు 'య'కారము మాతృక - క్రియాశక్తి.

ఉదకమునకు 'వ'కారము మాతృక - జ్ఞానశక్తి.

అగ్నికి 'ర'కారము మాతృక - ఇచ్చాశక్తి.

ఆకాశమునకు 'ఆ'కారము మాతృక – పరాశక్తి. ఇవి పంచభూతముల యందాశ్రయించి యుండే శక్తులు.

మాతృకలనగా బీజములు. వాటియందాత్మ యుండేడి. ఆ పరబ్రహ్మణు కనుగొను విధము వివరిస్తున్నము.

ఆధారాదులు 6, అనగా షడ్చక్రాలు. వాటి వివరం - నామ రూప క్రమాలు వివరిస్తూ ఉన్నాము.

ఆధార, స్వాధిష్ట, మణిపూరక, అనాహత, విశుద్ధ, ఆజ్ఞ. ఇవి ఆరుచక్రాలు.

కాలియముకలు 2 కుదురు యముకలు 2 కూడిన దిక్కు శిశ్న ముండును. శిశ్నమునకు గుదస్తానమునకు నడుమ నలుచదరముగ నుండును. అక్కడ ఆధారచక్ర ముండును. వానికి నాలుగు రేకులు. వాటిమీద నుండే అక్షరములు వ,శ,ష,స. ఈ చక్రం పసుపు వర్ణం. భూముద్ర. గణపతి అధిదేవత. ఆ చక్రానికి రెండంగుళముల మీద స్వాధిష్టాన

చక్రముండును. దానికి ఆరు రేకులు. వాటి మీద నుండు అక్షరములు బ,భ,మ,య,ర,ల. వర్ణం తెలుపు. బ్రహ్మ అధిదేవత. ఉదక చక్రం పక్షి ముద్ర. దానికి మీద ఎనిమిది అంగుళముల దూరమున మణిపూరక చక్రముండును. అది కోడిగ్రుడ్డు వలె నుండును. దాని మీద 72 వేల నాడులు పారియుండును. ఆ నాడులకు వేరుగా చక్రముండును. రేకులు 10. వాటి మీద నుండే అక్షరములు డ,ఢ,ణ,త,థ,ద,ధ,ప,ఫ. కాంతి వర్ణం. విష్ణువధిదేవత. పీఠ ముద్ర. అగ్ని చక్రం. అందు పైన 10 అంగుళముల మీద అనాహత చక్రముండును. అదియే హృదయ కమలము. రేకులు 12. వాటి మీద నుండు అక్షరములు క,ఖ,గ,ఘ,ఙ,చ,ఛ,జ,ఝ,ఞ,ట. రక్త వర్ణం. లింగముద్ర. వాయుచక్రం. శివుడధిదేవత. దాని మీద 12 అంగుళాలపై విశుద్ధ చక్రముండును. గొంతు దగ్గర నుండును. దానికి 16 రేకులు వాటి మీద నుండు అక్షరములు అ,ఆ,

,ఈ,ఉ,ఊ,ఋ,ౠ,ఌ,ౡ,ఏ,ఓ,,ఔ,అం,అః. ఈ 16 అక్షరముల వర్ణం జ్యోతివర్ణం. జీవుడధిదేవత. మత్స్యముద్ర. ఆకాశ చక్రం. దానికి 10 అంగుళాల మీద ఆగ్నేయ చక్ర ముండును. స్థానం భ్రూయుగం. అనగా కనుబొమ్మల మధ్య రెండు రేకులుండును. వాటి మీద హం,క్షం అను రెండక్షరములు. వర్ణం బంగారు చాయ. ప్రకాశముద్ర. పరమాత్మ అధిదేవత. ఇది మనశ్చక్రం. దానిమీద కపాల పర్యంతం సహస్రార చక్రముండును. దానికి వెయ్యి రేకులుండును. దాని మీద అక్షరములు అ,వ,ర,ప లు వగైరాలుగా ఉండును. అదే మేరు శిఖరం. ఆకాశముద్ర. ఆధిదేవత గురువు.

మండలాల మూడింటికి వివరము: అగ్ని మండలం, సూర్య మండలం, చంద్ర మండలం.

అగ్ని మండల వివరము: భూమిన్ని ఉదకం గూడిన తావున నలు చదరముగా నుండును. దాని మీద త్రికోణాకారంబుగా నుండును. నాలుగుదళాల పద్మమందు పంచాక్షరి యుండును. ఓం, హ్రీం,హ్రోం, సం. ఇది అగ్ని మండలం.

సూర్య మండల వివరము: ఎనిమిది దళాల పద్మముగా నుండును. అరటి మొగ్గ వలె అధోముఖముగా నుండును. ఆదళాల మీద అక్షరాలు య,ర,ల,వ,శ,ష,స,హ. వర్ణం బంగారు వర్ణం. దాని నడుమ మనోన్మణియను శక్తి వాసమై యుండును. ఇది సూర్య మండలం.

చంద్ర మండలం వివరము: రవి చంద్రాదిత్యుల కాంతి గలిగి శిరస్సు నడుమ నుండును. అది అమృత కల. అగ్ని మండలము మీద సంతతధారగా అమృతము వర్షిస్తూ ఉండును. ఆ కమలము మీద పరాశక్తి వాసమై యుండును. ఇవి మండలత్రయము.

ఇక నాడుల వివరం:

ఈ శరీరమందు 72 వేల నాడులు గలవు. వీటిలో పరిశుద్ధమైన నాడులు 10. ఆ పదింటికి వివరము. ఇడ, పింగళ, గాధారి, హస్తి, జిహ్వా, అలంబ, పుష, క్రకుర, దేవదత్త, ధనుంజయ, సుఘుమ్న యను పదింటిలో ప్రసిద్ధమైనవి మూడునాడులు.

వాటి వివరం: ఇడ, పింగల, సుఘుమ్న. ఈ మూడింటిలో ప్రసిద్ధమైనది సుఘుమ్న నాడి.

ఈ నాడులు శరీరమందుండే విధము:

ఏలనగా మునుపు చెప్పిన సప్త కమలాలు గుదస్తానముందుండి కపాలము దనుక వీణాదండము వలె ఒక దాని కోకటి దొంతరలుగా నుండును. వీణా దండమువలె వెన్నెముక నడుమ రంధ్రముండును. ఆ వెన్నెముక గుదస్తానం మొదలు కపాల పర్యంతం, వీణ సొరకాయ దొంతర వలె షట్కమలాలుండును. ఆ వెన్నెముక రంధ్రమందు నడుమ ఉక్కుతంతి వలె సుఘుమ్న నాడి యుండును. ఆ నాడి గుదస్తానము మొదలు కపాలము వరకుండును. సుఘుమ్నా నాడికి కుడి దిక్కున పింగళానాడీ యుండును. ఈ పింగళా నాడి మూలాధారాము నుండి కపాల పర్యంతం వచ్చి తాకి అక్కడ నుండే అగ్నిమండలం వ్యాపించి, అక్కడి నుండి తిరిగి కుడి ముక్కు గుండా వెళ్ళును. సుఘుమ్నా నాడి కెడమ దిక్కున ఇడానాడి యుండును. అది మూలాధారము మొదలు కపాల పర్యంతం వచ్చి తాకి అక్కడి నుండే చంద్ర మండలం వ్యాపించి అక్కడ నుండి తిరిగి యేడమ ముక్కు గుండా ఊపిరి వెళ్ళిపోవును. ఇక్కడ యోగ మార్గము విచారించవలసినది కనుక విచారించు చున్నము. మునుపు సుఘుమ్న నాడి మూలాధారము నుంచి కపాల పర్యంతం ఉన్నదని చెప్పితిమి గదా, అందులకు ప్రమాణం యోగ శాస్త్రం చెప్పెను.

శ్లో: గుద పృష్ఠ స్య భాగేస్మిన్ వీణాదణ్డస్య దేహబృత్

దీర్ఘాస్థిమూర్ధ్ని పర్యంతం బ్రహ్మదండేతి కథ్యతే. ఉత్తర గీత -11-11-14 మంత్రశాస్త్రము యొక్క లక్షణం.

శ్లో: మూలాది బ్రహ్మరంధ్రాంతం ప్రవాళరాగ రమణీయం దండకాది

కారణాత్ ఖండన ముజ్వలంతి సకల దురిత తిమిర

నిరసన పటీయ సముద్యోత మయీ మూల విధ్యార్థి ధ్యాత్యా.

తా: పచ్చి పగడపు తేగవలె బంగారు కాచిన తీగవలె కోటి సూర్య ప్రకాశంగా వెలుగుతూ ఉండును. ఇదియే బ్రహ్మనాడి.

మూల విద్య:

సకల లోకాలకు ఆధారము త్రిమూర్తి స్వరూపము. ఈ సుషుమ్న నాడి సూర్య మండలం దాకా వచ్చి అక్కడ నిలిచి యుండును. ఈ నాడి కొసన సూక్ష్మమైన యొక రంధ్రముండును. అదియే దశమరంధ్రం.

బ్రహ్మరంధ్రం లక్షణం :

శ్లో: తన్యతే సుషిరం సూక్ష్మం బ్రహ్మరంధ్రేత్రిసూరిభి: - ఈ బ్రహ్మరంధ్ర మందు బ్రహ్మాండమంతా వ్యాపించియుండును. అని సకల వేదములుద్ఘోషించుచున్నవి గదా! వాటిని వివరిస్తూ ఉన్నాము.

సూర్యుడు, చంద్రుడు, అగ్నిహోత్రుడు, పరమేశ్వరుడు, పంచమహాభూతాలు, చతుర్దశభువనాలు, కాశి మొదలైన పుణ్య క్షేత్రాలు, సప్త సముద్రాలు, గంగ మొదలైన సకల నదులు, సప్తద్వీపాలు, చతుర్వేదాలు, మీమాంసాది శాస్త్రాలు, చతుష్షష్టి కళలు, పంచాశద్వర్ణాలు, షోడశస్వరాలు, గాయత్రి మొదలైన సప్తకోటి మంత్రాలు, అష్టాదశ పురాణాలు, రజ స్సత్వ తమో గుణాలు, మూల ప్రకృతి చతుర్విన్శతి తత్వాలు, దశ ప్రాణ వాయువులు, జీవుడు ఈ చెప్పిన వన్నియును సుషుమ్నా నాడి యగ్ర రంధ్రమందుండును. ఇందుకు సందేహము లేదు. ఇదియే కుండలి. ఆ శక్తి సర్వతోముఖముగా నుండును. ఇందుకు ప్రమాణం

శ్లో: తస్య మధ్యగతాసూర్యం సోమాగ్ని పరమేశ్వరా భూతాలోకాది

సక్షేత్రం సముద్రా పర్వతా శిఖాదీపాక్ష నిమగ్నా వేదశాస్త్ర

విద్యాకళాక్షరా: సర్వమంత్ర పురాణాని గుణాస్చోదిత సర్వద:

బీజం బీజాత్మకం తేజం క్షేత్రజ్ఞే ప్రాణవాయవ:

సుషుమ్నాంతర్గతం విశ్వం తస్మిన్సర్వం ప్రతిష్ఠితం.

ఈ బ్రహ్మ రంధ్రముండే స్థలము మహాగోప్యము గనుక వివరిస్తూ ఉన్నాము.

ఈ చంద్రుడు, గంగా నది, ఇడ. ఈ మూడు యెడమ ముక్కున నడిచే ఊపిరి పేళ్ళు.

సూర్యుడు, యమున, పింగళ. ఈ మూడు కుడి ముక్కున నడిచే ఊపిరి పేళ్ళు .

అగ్ని, సరస్వతి, సుషుమ్న. ఈ మూడు బ్రహ్మ నాడికి పేర్లు.

ఈ మూడు నాడులు నాసాగ్రమున నుండును. చేవుల ద్వారాలు రెండు, ముక్కు ద్వారాలు రెండు, నోటి ద్వారము ఒకటి. ఇవి ఏకతావునసే కలసికొనును. ఇటువంటిది కనుక సకల శాస్త్రాల యందును కుందలీస్థానము ద్వాదశాంతం చతుష్టకం త్రికూటం ముక్తిద్వారం. నాద బిందు కళావాసం. అట్టి బ్రహ్మరంధ్రమందు మండల త్రయం కొల్హాట మండలం ద్విదళ చక్రమందుండే హంసరూపమైన పరమాత్మ యున్నాడు గనుక హంస స్థలమనిన్ని, శృంగాటకమనిన్ని, సకల వేదాల చెప్పబడుచున్నవి. ఇన్ని పేరులు గలిగిన నాసాగ్రమందు కనుబొమల నుంచి బ్రహ్మరంధ్ర పర్యంతం హంసరూప పరమాత్మ యుండును.

హంస యనగా? తన్ను నమ్మిన వారి సంసారమును హరించి మోక్షమిచ్చునది గాన హంస యని పేరు. ఈ రేండు పరమాత్మ యుండే స్థలాలు. యేవంటే మునుపు చెప్పిన సుషుమ్నా నాడి సరే, బొడ్డు దగ్గర అరటి మొగ్గగా కమల మధోముఖముగా నుండును. కమలమందు జ్యోతి రూపముగా నుండును. హృదయ కమలమందు సూర్యరూపంగా నుండును. భ్రూయుగ మధ్యమందు రేండు దళాల కమల ముండును. హంసరూపంగా నుండును. శిరస్సు వెయ్యి రేకులు గల కమల ముండును. ఆ కమలమందు బ్రహ్మరూపంగా నుండును. ఇందుకు ప్రమాణము –

శ్లో: నాభి కమల మధ్యే జ్యోతి రానందరూపం

హృదయకమల మధ్యే సూర్యబింబానురూపం

భ్రూయుగ కమల మధ్యే హంస మార్గానురూపం

సకలమిదం సూక్ష్మరూపం పాతుమాం నారసింహం.

ఈ బ్రహ్మ స్వరూపము ఇటువంటి నారాయణ స్వరూపం ధ్యానం చేసి దర్శనమై సంసార సముద్రం దాటి ముక్తుడయ్యే విధము.

పదునాలుగు లోకములలో గూడ శ్రీమన్నారాయణుని చేత వివరింపబడినది. యోగీశ్వరులకు పరబ్రహ్మను దర్శనము చేసే నిమిత్తమై నాలుగు యుగాలు, నాలుగు యోగములు, నాలుగు ముద్రలు ఏర్పరచినారు.

వాటి వివరం: షణ్ముఖి, ధ్యానముద్ర, శాంభవీముద్ర, రాధాముద్ర. యివి నాలుగు ముద్రలు.

ఇక యోగాలు: మంత్ర యోగము, లయ యోగము, హఠ యోగము, రాజ యోగము.

వీటికి సాధన క్రమము:

పాప పుంజములలో గూడిన మనుష్యుడు కించిత్ జ్ఞానము కలిగి శుచియైన స్థలమందు పద్మాసనం వేసుకొని కూర్చుండి దృష్టుల అనగా చూపుల రెండు నాసికాగ్రమునందు నిలిపి కన్నులు మూసి తన కభీష్టమగు దేవతను ధ్యానము చేయుచు గాయత్రి మొదలైన మహామంత్రము జపము చేసి బ్రహ్మార్పణము చేసేది. ఇట్లు ఉండేది మంత్రయోగం. ఇదే ధ్యానముద్ర. ఈ మంత్ర యోగి మిగిలిన యోగులకన్న అధముడు.

ఇక లయ యోగము - దిగువ నాసికాగ్రము చూస్తూపైన ఉండేది సాధించేది. పైన ఉండే నాసికాగ్రము చూస్తు దిగువ ఉండేది సాధించేది. తర్జని రెండు వేళ్ళ చేత రెండు చేవుల రంధ్రాలు లెస్సగా మూస్తే అచ్చట మహాధ్వని వినబడును. ఆ ధ్వని వినంగా వినంగా 1.చిఱుగజ్జలనాదం 2.గొప్పగజ్జలనాదం3.ఘంటానాదం 4.శంఖనాదం 5.వీణానాదం 6.తాళనాదం 7.వేణునాదం 8.మృదంగనాదం 9.భేరీనాదం 10.మేఘనాదం, ఇవి దశవిధనాదములు. ఇందులో 9 నాదాలు త్యజించి 10 మేఘనాదమభ్యసించి వినంగా మనస్సు అచట లీనమగును. ఇదయే మోక్షమునకు హేతువు. ఈ నాదమే ప్రణవనాదము. ఓం - అకార ఉకార మకారంబులుంగూడి ప్రణవరూపమై అనాహత చక్రమందు పుట్టి అచట నుండి ప్రజ్వలించి కపాలమందు మహాధ్వనియై మ్రోగుతూ ఉండును. చేవులు మూసుకుంటే ప్రత్యక్షం అందరికి సరేకదా! ఇందులకు ప్రమాణం

శ్లో: అనాహతస్య శబ్దస్య తస్య శబ్దస్యయో ధ్వని రంతర్గతజ్యోతి

జ్యోతి రంతరగతం మన: తన్మనోనిలయం యాతి తద్విష్ణో:

పరమం పదం. ఇదే రాధాయంత్రం. ఇదియే లయ యోగము.

ఎడమ కాలి మడమ రెండు పిఱ్ఱల నడుమగా నుంచి కుడికాలి మడమ బొడ్డు దగ్గరగా నుంచి గడ్డము రొమ్ము మీద నుంచి బొటన వ్రేళ్ళతో రెండు చేవులను మూసి అనామికలు రెండు వ్రేళ్ళతో రెండు ముక్కులను మూసి మధ్యముతో రెండు కన్నులు మూసి వాయువును రేచక పూరక కుంభకాల చేత సాధించి మూలబంధోడ్యాన జాలధ్రంబులనే మూడు గ్రంధములు భేదించి షట్కమలాలు శోదించి వాయువును సుషుమ్నా నాడి గుండా సహస్రార పర్యంతం తెచ్చియుంచి అక్కడ నుండే జ్యోతి స్వరూపము నందు జీవును పొందించేది. ఇదే హఠ యోగము. షణ్ముఖి కేవలం కుంభకం. ఇదే సిద్ధాసనం. ఈ యోగి రాజయోగి కంటే మధ్యముడు, కడమ వారి కంటే ఉత్తముడు.

ఇక రాజయోగము సకలమైన యోగాలకు రాజుగా అయినది గనుక రాజయోగమని పేరు గలిగెను. ఈ యోగానికి పర్యాయ నామములు గలవు. ఉన్మణీ, మనోన్మణీ, జాడ్యోన్మణీ, అజాడ్యోన్మణీ. దీనికి లక్షణం.

శ్లో: జ్ఞాని: పశ్యతుదృష్ట్యేతు నిర్మలం గగనోపమం

యత్ర యత్ర మనో యాంతి తత్ర తత్ర

పరమం పదం అని భగవద్వాక్యం. ఈ శ్లోకము భగవత్గీతలోనిది. అతిగోప్యమైన సకల శాస్త్ర సారమయినది గనుక పరమ గురు కృపాకటాక్షము వలన తోచినంత వివరిస్తూ ఉన్నాము.

ఏలాగంటే మనిషి మంచి సాత్వికుడైతే, వేదశాస్త్రములు చదివి గురుసేవ చేసినందు వలన జ్ఞానము గలవాడయిన వాడు జ్ఞాని అనిపించుకొనును. అటువంటి జ్ఞాని తన యొక్క దుశ్చేష్టలనే మనస్సును నిర్మలంగా కడిగివేసి, గగనోపమం పశ్యతి = ఆకాశముతో సరి అయిన రూపం గలిగి పరమాత్మను చూస్తూ ఉండును.

శ్లో: యత్రయత్ర మనోయాతి తత్రతత్ర పరమంపదం.

ఎక్కడేక్కడ మనస్సు పొయునో అచ్చటచ్చట ఆపరమపదం కనపడును. ఇది ఆత్మ దర్శనం గల వారికి యధార్ధమై తోచును. ఈ ప్రకారము పెరుగులో వెన్న యున్నట్లు ఉన్నాడు గనుక, పెరుగు మధించక వెన్న కనబడనట్లు గురుకటాక్షం గలవారు గురునాజ్ఞనే కవ్వము చేత పిండాండం శోధించిన వారికి బ్రహ్మాండం సరికిదే. పిండాండం మందుండే పరబ్రహ్మ కనపడును. కనుక యోగ నిద్ర, జాడ్య నిద్ర, అజాడ్యనిద్ర యని రాజయోగానికి మూడు విధాలయి యుండును. అవి యేవంటే సాంఖ్యం, తారకం, అమనస్కం.

ఇందులో తారయోగం పూర్వ యోగం. అమనస్కం ఇహపర యోగం. ఇవి పూర్వా పరాలు అని పేర్లు. తారక అమనస్కాలలో కించిద్భేదమెగాని విషేషబేదం లేదు. అది వివరిస్తూయున్నారము.

ఈ యోగం సాధించే క్రమము.

ఈ శరీరమందు మునుపు చెప్పిన పంచ విశంతి తత్వాలు లెస్సగా సాధించి యేర్పరచి యీ తత్వాలకన్నిటికిన్ని ప్రధాన తత్వమయిన పరబ్రహ్మమయిన శ్రీమన్నరాయుణుని యందు భక్తి గలిగి యుండేది. ఏదికద్దో అదే సాంఖ్యమని పించేను. ఇది శ్రీమద్భాగవతకార్లకు ముఖ్య ఇష్టము.

ఇక తారక యోగం: శరీరమందు పరమాత్ముడు లోపల వెలుపల అంతట ఉన్నాడని సకలమైన స్మృతులు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో: అంతర్బహిశ్చ -తత్సర్యం వ్యాప్య నరాయణ స్థిత: - అని శ్రుతి వ్యాక్య మున్నది గనుక

ఆ నారాయణ స్వరూపాన్ని తెలియ సాధకమయినవి తారక అపమనస్కములు గనుక తెలియ వివరిస్తూ ఉన్నాము.

శుచి అయిన స్థలమందు గూర్చుండి ఆచారపు కట్టుకట్టుకొని రెండు కన్నుల దృష్టిచేత వెలుపలి నాసికాగ్రమందు కనుబొమల నడుమగా నుంచి దిన క్రమేణ చూడగా చూడగా చంద్రమండలం ఇంద్రధనస్సు మాణిక్యదీపాలు, అగ్ని మినుగురులు ధూమకింజరులు, ఇంకా విచిత్రాలుగా కనబడును. ఇవియన్ని ఆత్మప్రయత్నాలు అవి అన్ని మెరుగైపోయి చూచేకొలది వెన్నెలగపడును. ఆ వెన్నెలలో చిన్మయరూప మగుపడును. అదియె పరబ్రహ్మరూపమని సకలశ్రుతి స్మృతిపురాణాలు చెప్పుచున్నవి. ఇదె తారకయోగం.

ఇక రాజయోగం వివరించుచున్నము.

రాజయోగము పరమాత్మరూపము చూచేటందుకు హేతువైనది. శాంభవీముద్ర పార్వతీదేవికి ప్రియమయినది గనుక శాంభవీముద్ర అని పేరు. ఈ శాంభవీముద్ర చేత ధ్యానం చేయగా చేయగా పుట్టిన చిదగ్ని చేత పురుషుడు అనేక కోట్ల జన్మాలయందు త్రికరణములచేత జేసిన బ్రహ్మహత్య సురాపానాదులు మొదలైన మహా పాతకములు అనేక సముద్రాలను బడబాగ్నివలె దహిస్తూ ఉన్నవి. కనుక శాంభవీముద్ర అన్ని ముద్రలకంటె ప్రసిద్ధమాయెను. ఇందుకు ప్రమాణం-

శ్లో: బ్రహ్మ హత్య సహస్రాణి వీరహత్యాశతానిచి ఏకేన ధ్యానయోగేన దహాశ్చాగ్ని ర్వేంధనం.

అని శాస్త్రమున్నది గనుక శాంభవీముద్ర అవశ్య మభ్యసించవలసినది. ఈ శాంభవీ ముద్రలో చూచే చూపులు మూడు విధాలయి యుండును. అది యెట్లాగంటే అమావాస్యదృష్టి, పాడ్యమిదృష్టి, పున్నమిదృష్టి యని మూడు విధాలు.

అమావాస్యదృష్టి లక్షణం: కనురెప్పలు రెండు కదియమూసి నాసికాగ్రాన్ని చూస్తూ లోదృష్టి మనస్సున ఉంచి చూచే లక్షణం పేరు అమావాస్యదృష్టి. ఇది అధమము.

మూడుపాళ్ళు వెలుపలి నాసిగ్రామునందు దృష్టిపెట్టుకొని రెప్పపాటులేకుండా చూచే లక్ష్యం పేరు పాడ్యమిదృష్టి. ఇది తారయోగానికి అనుకూలము. ఇది మధ్యమం.

పున్నమిదృష్టి వివరము - శుచి అయిన స్థలమునందు కృష్ణాజినమయిన దర్భాసనమయిన పర్చుకొని కూర్చుండి ఆచారపు కట్టు కట్టుకొని గురువును స్మరిస్తూ ముఖం కొంచెముగా వంచి నల్లగుడ్డును కనుపడకుండా పై రెప్పలో మరుగు పరిచి అడుగురెప్పలో నుండే తెల్లగ్రుడ్డు మాత్రము వెలుపల కనుపించునట్లుగా నుంచి, స్థిరమైన మనస్సు గలవాడై ఈ ప్రకారాన దినదినము చూడగా మునుపు చెప్పిన తారక చిహ్నాలు అగుపడును. ఝూమో

రెండురుఘ్రూములో దృష్టి నిలిచేటట్లు చేయగా గాఢాంధకారమయిన చీకటి కనబడును. ఆ చీకటిలో చూడగా మునుపు చెప్పిన తారక చిహ్నాలు అగుపడును. అవి అన్ని నిలచి మంచి పున్నమ వెన్నెల కనబడును. మరి చూడగా ఆ పండు వెన్నెలలోగా సకల లోకేశ్వరుడైన నారాయణుండైన పరమాత్మ పరబ్రహ్మ కోటి సూర్య ప్రకాశంగా అభిన్న వలయాకృతియై తాలుమూల ద్వాదశాంతరముల నడుమ అగుపడును. అది దర్శనమయిన పురుషుడు పరబ్రహ్మను బొందును.

తాలుమూల ద్వాదశాంత ముఖం నడుమ ననగా = తాలుమూల లనగా దవుడల మూలము. అనగా కన్నులక్రింద బొడును ఎముకలు. ద్వాదశాంతములనగా కనుబొమలకుపైన నాలుగంగులాలకు పైన ఉండేది. ద్వాదశాంతము ఈ నడుమనే పరమాత్మ కనబడేది. ఇదే పున్నమిదృష్టి. శాంభవీముద్ర, ఖేచరీముద్ర. అర్ధావలోకనము. ఇదియే రాజయోగము. ఖేచరీనగా ఆకాశము. ఆకాశమందు చరింపబడ్డది గనుక ఖేచరి ముద్రయని పేరుగలిగెను. ఆకాశము అనగా ఈ ఆకాశము గాదు. పరమాత్మ స్వరూపమైన దహరాకాశము. అదియే నాసికాగ్రానికి పేరు.

లక్ష్యం – శ్లో: బలిశోస్త్రి స్త్రితం నిత్యం, నాసాగ్రే చావ్యవస్థితం నిష్కలకం విజానీయం షడూర్మిరహితం శివం.

ఈ రాజయోగమే బ్రహ్మ,విష్ణు రుద్రులు మొదలైన వారు జీవనము. ఇటువంటి రాజయోగి యెచట నున్న పరబ్రహ్మ స్వరూపమే గాని సామ్మన్యపు యోగీశ్వరుడు గాడని తెలియవలెను. ఈ అర్ధావలోకానికన్న ఎక్కువయిన యోగాలు లేవు. ఇందుకు లక్షణం

శ్లో: అర్ధ్యోధ్యా నితలోచనో స్థిరమనో నాసాగ్రదం తీక్షణం

చంద్రార్కానలలీలతా ముపనయన్నిష్యంద భావాతతే

జ్యోతీరూప విశేష బాహ్యరహితం దేదీప్యమానం సదా

తత్వం తత్వరమంతిజీవచపలం కింవాద మత్రాధికం.

ఈ శ్లోకము శుకులు చేసిన యోగావళి లోనిది. శుక్రవాక్యం ఈ అర్ధమే శ్రుతిస్మృతి ఇతిహాస పురాణ ఆగమాదుల యందు పలుక బడుచున్నది. ఇదియే సకల మర్మమున్ను. ఇది తెలియక యెన్ని వేదాలు చదివిన యెన్ని శాస్త్రాలు చదివిని యెన్ని యోగాలు ప్రయాసపడ్డ షట్కర్మపరులయిన ఎంత సాహిత్యపరులైన నిష్ఫలంగాని ఫలములేదు.

శ్లో: చతుర్వేదధరో విప్ర:సూక్ష్మబ్రహ్మ నవిద్యతే

వేదభారే భరాక్రాంతం సదైవ బ్రహ్మణ గార్ధభం

శ్రీ మతే గురవే నమ:

సకలమైన చదువులు పుస్తకములు చదివి ఆ రహస్యము గుర్తెరుగక యేలాగంటే గాడిద గంధపు చెక్కలుమోసి పరిమళము గుర్తేరుగనట్లు అని తెలిసేది. ఇప్పుడు పున్నమ దృష్టిచేత పరంజ్యోతి గనపడుచున్నదని చెప్పితిమి గదా: ఈ రాజయోగముచే సాధించే సత్పురుషులకు 5 సంవత్సరములకు నిర్మలదర్శనుడగును గాని ఈలోగా కాదు. త్వరగా అగుపరుచుకొనేది యేలాగంటే బహుదిక్కుల విచారించి కార్య గురువు కాకుండా కారణ గురువును కనుగొని త్రికారణ వంచన లేకుండా నాలుగు విధాల శుశ్రూష చేస్తే, వారికి కటాక్షము వచ్చి కాన రాని పరమాత్మను రాజయోగానుభవముచేత అరక్షణములో కనబరచును. అనేక కాలం ప్రయాస పడితేగాని కనబడని పరమాత్మ యర్ధక్షణం కనబడును అంతే సమ్మతి.

శ్లో: ప్రాప్తేజ్ఞానేన విజ్ఞానం ధ్యాయతే హృది సంస్థితే లబ్దశాంతి ఫలే దేహి నయోగో నచధారణ:

ఈ శ్లోక తాత్పర్యమేమని తెలిసేది. గురుసేవ జేసిన వారికి యోగం అక్కరలేదు, ధారణ అక్కరలేదు అనుట.

భగవద్గీత శ్లో: షడంగా నను పై నబుద్ధం అష్టాంగ యోగా ననువైన

బుద్ధం మనోవినాశనం నను పై న బుద్ధం స్వయంచ

తత్వం స్వయమేన బుద్ధం.

అనగా ఎమంటే షండగ యోగాలు, అష్టాంగయోగాలు తెలియలేదు. మనస్సున శంకలేదు. పరతత్వమయిన పరమాత్మ కానబడెననుట. ఈ శ్లోకమునకు అధ్వర వేదములోని సిద్ధాంత గీతలోనిది. సద్గురుడు ఆత్మోపదేశము చేసేటప్పుడు చెవుల దగ్గర నుండే రెండు జ్యోతులు కానవచ్చును. అదియే మోక్షహేతువని తెలియవలెను.

మనుష్యులకు అవసానకాలము సమీపమయిన పక్షమందు శరీరములో నుండే జీవుడు వెళ్లిపోవు విధము వివరించుచున్నాము:

అహింసారూపకమయిన బ్రహ్మయగ్నము మొదలు షట్కర్మలు చేసి బ్రహ్మార్పనం చేసిన మహా పుణ్య పురుషులకు కుడిదిక్కున నుండి పింగళానాడి మార్గాన బ్రహ్మలోకము చేరి బ్రహ్మతో కూడి ముక్తుడవుననియనుట. ఇదియే

దేవమార్గం. ఇంకా క్రమముక్తి మార్గము అర్చిరాది మార్గాలని కూడా గలవు. ఈ మార్గాన పొయ్యే దినాలు ఏవి యంటే ఉత్తరాయనం శుక్లపక్షం పగలు పున్నమ మొదలయిన దినములు. పునరావృత్తి మార్గము, ధూమమార్గము, పితుర్యానము ఈ మార్గాన పొయ్యే దినములు ఏవంట దక్షిణా క్రిష్ణ పక్షం దశమి, అమావాస్య మొదలైన దినములు. ఇది సద్యో ముక్తి మార్గము.

శ్రీమన్నరాయణుని సగున నిర్గుణాలు సదాభక్తి జేసినందున ఆయన యనుగ్రహుచేత సుఘుమ్నా నాడి గుండా బ్రహ్మరంధ్రంచించుకొని, యజరామర రూపమయిన బ్రహ్మ పదము బొందును. ఇందుకు సందేహము లేదు.

శ్లో: అంతకాలేచ మామే సరన్ కళేబరం

య: ప్రయాతి సమద్భావం యాతి నాస్త్యత్రసంశయ:

భగవత్గీత 8 అ 5 శ్లో అని భగద్వాక్యం. కనుక ఈ బ్రహ్మాండమందెంత యున్నదో అంతపిండాండ ముందున్నది. అని వేదములయందు చెప్పబడి యున్నదిగదా! అది వివరిస్తూ ఉన్నాము.

శ్లో: చంద్రంవినా చంద్రకళానుపూర్ణం సూర్యంవినా సూర్యమహత్ప్రకాశం

తేజో వినా తేజపర్స్వరూపం నేత్రం విన నేత్రసుపద్మ సంస్థితం:

యని సిద్ధాంత గీతలో యున్నది గదా! చంద్రుని వలే నుండును, చంద్రుడు గాడు. సూర్యుని వలే నుండును సూర్యుడు గాడు. మహాతేజోరూపముగా నుండును. తేజస్సుగాదు. ఈ కన్నులుగాకనే పరమాత్మ గానవచ్చును. ఇది పురుషోత్తముని స్వరూపము. ఈ పురుషోత్తమునిచే కల్పితమయిన బ్రహ్మాండ పిండాండాలకు అభేధము ఏలాగంటే నాసాగ్రదేశానకు పూర్వదిక్కు ఇంద్రలోక ముండును. కనులయందు తేజోలోకము ముండును. కుడి చేవి యమనగరం. వీపున వరుణ నగరం. కంఠమందు వాయునగరం. ఎడమచేవి వామభాగమున కుబేర నగరం. ఎడమ కన్ను శివలోకం. శిరస్సు బ్రహ్మలోకం. అడుగులు శేషులు. శివుడు కాలాగ్ని రుద్రుడు నిండును. అరికాళ్ళు అతలం, పిక్కలు రసతలం, మోకాళ్ళు మహాతలం, తొడలు తలాతలం, కటి పాతాళలోకం. ఇది నడుముదాక సప్త పాతాళ లోకాలనిపించు కొనును. ఈ నడుము దగ్గరనే ఆధార చక్రముండును. ఆ చక్రము మీద ఆదిశేషుడు పడగ ఉంచి తోక సహస్రార పర్యముంచి బ్రహ్మరంధ్రమందుంచుకొని పాతాళలోకాలకు దొరయైయుండును. అఘోరమయిన నరక మనిపించుకొనును. ఆవడిగ అథ:కుండలి అతడే జీవుడని పేరుగలిగి పాతాళలోకమెల్ల వ్యాపించి యుండును.

సూర్యుడు మొదలుకొని ధృవమండలం పర్యంతం స్వర్లోకం.

వాటి వివరం: బొడ్డు దగ్గర భూలోకం, కుక్షి జనలోకం, కనుబోమలసందు తపోలోకం. శిరస్సు బ్రహ్మలోకం. ఈ ప్రకారం బ్రహ్మాండమంతా పిండాండమున్నది. ఇందులకు లక్షణము.

శ్లో: దివం బ్రహ్మాండ నిలయం అస్మిన్ దేహ ప్రతిష్ఠత:

బ్రహ్మాండ మావృతం దేవం మంద మధ్య ప్రతిష్ఠితిం

అని సిద్ధాంత గీతానుభవము. మునుపు చెప్పిన పదినాడులలో పింగళ, సుషుమ్నల వివరం చెప్పితిమి గదా.

కడమ ఏడునాడుల వివరం: అస్తి,జిహ్వకలు రెండున్ను కన్నులయందు నుండును. ఆలంబ,పుష యీ రెండును చేవులలో నుండును. కుకురు,దేవదత్త ఈ రెండున్ను నాభిస్థాన ముందుండును. ఇడ,నాగ ఇది మలమూత్రద్వారాల సందున నుండును.

దశవాయువుల వివరం: ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన, సమాన, నాగ, కూర్మ, కృకర, దేవదత్త, ధనుంజయ.

వీటిలో ప్రాణ వాయువులు అయిదు. ఈ వాయువులు గాక ఇంకా పది వాయువులు గలవు. అవి యేవంటే వజ్రుడు, ముఖ్యుడు, అంతర్యామి, ప్రాపంచికుడు. ఈ వాయువులు నడిచే క్రమం.

ప్రాణవాయువులు 72000 నాడులు చుట్టుకోని మూలాధారము 'ఓం' అని వెళ్ళి నాభిచక్రమందు 'హుం' అని తాకి 'సం' అని ఇడ, పింగళ గుండా కపాలానకు చుట్టి అక్కడి నుంచి నాసికమున పండ్రెండు అంగులములు వెళ్ళి 4 అంగుళాల ప్రమాణం వాయువు లయమయి 8 అంగుళాల ప్రమాణం లోనికి పోవును. కనుబోమల నడుమ లయ మగున ప్రకారం 60 గడియలకు 21600 శ్వాసలు నడుచును. ఇందులో 7200 శ్వాసలు లయములవును. 14400 శ్వాసలు నడుచును. ఈ ప్రకారం మనిషి మొదలు ప్రాణాలకు ఆయుర్దాయం క్షీణించును.

అపాన వాయువు గుదస్థాన ముందుండి మలమూత్రము విసర్జించును. వ్యాన వాయువు చర్మమందుండి స్పర్శభేధము తెలుస్తూ కలలు నిండించును. ఉదానవాయువు ఉదరాగ్నిని రేపి భుజించిన అన్నోదకాలు పచనముచేసి నాడులకన్నిటికి పంచిపెట్టి అన్నిటిని పోషించును. సమాన వాయువు అన్నింటిని సమానముగా పోషించును. ప్రాణవాయువు కర్మ వాయువుల వివరం. నాగ వాయువు దు:ఖించేది. తుమ్మేది కన్నులు తేరిచేది,ఎక్కిళ్ళు వచ్చేది, వాకరించేది. కూర్మవాయువు సుఖము వికసించేది, కన్నులు మూసేది, గగుర్పాటు కలిగించేది. ఆవలింతలు వచ్చేది. కృకురవాయువు హాస్యము చేసేది. దేవదత్త వాయువు పరుగు బారేది, తిరిగేది, యుద్ధము చేసేది. ధనుంజయ

వాయువు శరీరాన్ని విడిచి ప్రాణము పోయిన తాను మూడు దినములుండి శరీరము వ్యాపించి దేహము చెడిన తరువాత తాను పోవును. వజ్రడసే వాయువు కాళ్ళు యేముకలు రెండు, కుదురు యేముకలు రెండు, ఉన్నతాదులు నిలిచి శరీరానికి వాతము, దగ్గు శరీరము చిక్కి పొయ్యేదిన్ని చేరును. ఇంకా నానా నాదాలు కలుగచేసును. ముఖ్యుడసే వాయువు చేతుల యేముకలు రెండూ కూడిన తావున నిలిచి భుజము నందుండి శరీరాన ఉండే తత్వాల నెల్ల ఒక వంకకు తెచ్చును. అంతర్యామి వాయువు పురుషునకు శోషనమై నిలిచి ప్రాణ వాయువును ప్రేరేపణ చేసును. ప్రపంచ వాయువు శరీరానకు అచ్చు చీల బిగించినటులుండును. శరీరము చేడితే తాను చేడును.

ధాతువు లేడింటికి వివరము: రసము, రుధిరము, మాంసము, మేదస్సు, ఆస్తి, మస్తిష్కము, శుక్లము.

పంచకోశాల వివరము: అన్నమయ, ప్రాణ్మయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, అనందమయ కోశాలు.

వీటి వివరము:

అన్నమయమనగా సప్తధాతుమయమై స్తూల శరీరమందుండు అన్నరసముతో కూడి జీవుడాయెను గనుక అన్నమయ కోశము. పంచప్రాణాలు కర్మేంద్రియాలను కూడినందున ప్రాణమయ కోశం. పంచప్రాణాలను కర్మేద్రియాలను వేరు చేయగా మనోమయ కోశము. ఆ మనస్సు. జ్ఞానేంద్రియాలతో కూడుకోనగా విజ్ఞానమయ కోశం. జీవుడు సుఘుమ్నయందు అవిద్యతో లీనమవుతున్నాడు గనుక అవిద్య ఆనందమయ కోశము. ఈ పంచ కోశాలు ఆత్మను తెలియకుండా పోదవలె కప్పుకొని యుండును. ఇది కోశాల వివరం.

ఇక దశావస్తల వివరం:

దశావస్త అనగా జాగ్రత్ స్వప్న, సుఘుప్తి, తుర్య, తుర్యాతీతం, జాగ్రతలో జాగ్రత, జాగ్రతలో స్వప్నము, జాగ్రతలో సుఘుప్తి. ఈ ప్రకారము స్వప్న సుషుప్తులకు కాగా తొమ్మిది. తుర్యం పదియవది. తుర్యాతీతం అతీతం.

వీటికి వివరం:

జీవుడు భ్రూమధ్యమందు నిలిచి సబ్ద, స్పర్ష, రూప, రస గంధాదులు అయిదు. వచన, దాన, గమన, విసర్జన, ఆనందాలు అయిదు. మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారాలు - ఈ పదునాలుగు తమ సమీపమున సేవకులు. సేవలు చేయగా పరమాత్మ అనుగ్రహమున జీవుడు సుఖదు:ఖాలను చూస్తూ రాజుగా ఉండగా జాగ్రదవస్థలనిపించుకొనును.

స్వప్న మనగా అంతఃకరణాలు నాలుగు తీసుకోని కడమ పదిన్ని మధ్యమందు నిలిపి జీవుడు ఆనాలుగింటిలో కంఠస్థానమందుంచి మనో బుద్ధులు రెండు తీసుకోని జీవుడు వెరే యోక స్థలము చేరి కార్యమగుచుండగా సుషుప్తి

తప్పించుకొనును. ఆ రెండింటిలో మనస్సు అక్కడి నుంచి బుద్ధితో గూడ జీవుడు మరియొక తావునకు పోయినపుడు తుర్యమని పించుకొనును.

అప్పుడు శ్వాసలు త్వరగా వచ్చును. కనుక తుర్యమన బడును. తుర్యాతీతమనంగా ఆ బుద్ధి అక్కడి నుంచి జీవుడు తాను అజ్ఞానమందు బడి తన్నుతాను మరచి పైన పాము పారినను తెలియక యుండేది. తుర్యాతీతము. ఇది గాక మధ్యావస్థలని కలవు. వాటికిన్ని జాగస్వప్న సుషుప్తులు గలవు. ఎలాగంటే మునుపు ఒకరిని గుర్తేరిగియుంటే వాడు కొన్ని దినములకు వచ్చి నన్ని గుర్తెరుగువాయనియంటే యెరుగు నన్నది తుర్యావస్థ. ఇతడెవరోయని సందేహము చేత తెలియనిది సుషుప్తావస్థ. కొంతసేపటికి ఫలాని పేరు ఆనాటి వ్యాపారాలు చెప్పునది జాగ్రదవస్థ. జాగ్రతలో జాగ్రతనంగా అంతఃకరణాలు ఇంద్రియాలు అనుభవిస్తు అన్నికూడ ఉండి జ్ఞానపరిపూర్ణుడై యుండేది యేదో అది జాగ్రతలోని జాగ్రత. జాగ్రతలో స్వప్నముగ్గా మునుపు ఒకరికి ఒక మాట చెప్పియుండి వాడు అడిగిన మరచి తిరుగా అవుననేది. స్వప్నావస్థ మరచిపోయి నేను గుర్తేరుగ వనేది జాగ్రత్తలో సుషుప్త్యవస్థ ఉచ్చ్వాసలు అదనముగా వెళ్ళేది. జాగ్రతలో తుర్యావస్థ సకలమగు తలంపులు అణగి బ్రహ్మమయియుండేదిన్ని. కన్నులు తేలవేసి తూగు వచ్చేదిన్ని జాగ్రతలో తుర్యాతీతం.

అవస్థలన్నిటికిని జాగ్రతలో స్థలాలేవంటే, వాటి వివరం:

భ్రూమధ్యమందు జాగ్రత. దానికి రెండంగుళాలమీద సుషుప్తి. దానికి రెండంగుళాల మీద తుర్యం. ఇదియే మేళన అవస్థ యనిపించుకొనును. ఇదిగాక కేవలావస్థ, సుకలావస్థ, శుద్ధవస్థ యని మూడు విధాలు. ఇందులో కేవలావస్థ మూలాధారనబడి సర్వాంగములను తెలియక ఆణవమలమనేది కప్పుకోని యుండేది. అంతఃకరణాలను ప్రాపుగా చూచేది సిద్ధావస్థ.

ఓం తత్ సత్

సంపూర్ణం